

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	примерное 10-дневное меню(73845)
2	Информация о возрастной группе детей	от 1 до 3 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Организация дошкольного образования
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Москва, 2023 г.»,
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется
8	Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом	

### Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	354.9	350	101%	22 %
Калорийность, ккал.	299.8	265.4-322	89%	18%
Количество белков (г)	8.86	8.4	105%	21%
Количество жиров (г)	11.96	9.4	127%	25%
Количество углеводов (г)	39.18	40.6	97%	19%
Витамин С, мг	0.68	9	8%	2%
Витамин В1, мг	0.16	0.16	100%	20%
Витамин В2, мг	0.19	0.18	106%	21%
Витамин А, мкг рэ	55.08	90	61%	12%
Кальций, мг	241	160	151%	30%
Магний, мг	48.91	16	306%	61%
Железо, мг	3.56	2	178%	36%
Калий, мг	240.5	80	301%	60%
Йод, мкг	39.59	14	283%	57%
Селен, мкг	5.73	3	191%	38%

#### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	134	100	134%	8 %
Калорийность, ккал.	82.5	66.4-91	98%	5%
Количество белков (г)	0.77	2.1	37%	2%
Количество жиров (г)	0.17	2.35	7%	0%
Количество углеводов (г)	19.46	10.15	192%	10%
Витамин С, мг	17.71	2.25	787%	39%
Витамин В1, мг	0.04	0.04	100%	5%
Витамин В2, мг	0.03	0.05	60%	3%
Витамин А, мкг рэ	91.69	22.5	408%	20%
Кальций, мг	21.13	40	53%	3%
Магний, мг	16.18	4	405%	20%
Железо, мг	0.48	0.5	96%	5%
Калий, мг	231.02	20	1155%	58%
Йод, мкг	0	3.5	0%	0%
Селен, мкг	0.09	0.75	12%	1%

### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	532.8	450	118%	33 %
Калорийность, ккал.	553.7	464.5-617.4	94%	33%
Количество белков (г)	23.79	14.7	162%	57%
Количество жиров (г)	20.26	16.45	123%	43%
Количество углеводов (г)	69.05	71.05	97%	34%
Витамин С, мг	26.39	15.75	168%	59%
Витамин В1, мг	0.28	0.28	100%	35%
Витамин В2, мг	0.22	0.32	69%	24%
Витамин А, мкг рэ	360.96	157.5	229%	80%
Кальций, мг	190.58	280	68%	24%
Магний, мг	93.07	28	332%	116%
Железо, мг	5.32	3.5	152%	53%
Калий, мг	952.84	140	681%	238%
Йод, мкг	65.69	24.5	268%	94%
Селен, мкг	17.08	5.25	325%	114%

### Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	269	200	135%	17 %
Калорийность, ккал.	248.9	199.1-273	98%	15%
Количество белков (г)	7.66	6.3	122%	18%
Количество жиров (г)	5.16	7.05	73%	11%
Количество углеводов (г)	42.96	30.45	141%	21%
Витамин С, мг	20.37	6.75	302%	45%
Витамин В1, мг	0.12	0.12	100%	15%
Витамин В2, мг	0.24	0.14	171%	27%
Витамин А, мкг рэ	56.48	67.5	84%	13%
Кальций, мг	157.56	120	131%	20%
Магний, мг	78.2	12	652%	98%
Железо, мг	1.76	1.5	117%	18%
Калий, мг	660.44	60	1101%	165%
Йод, мкг	16.95	10.5	161%	24%
Селен, мкг	5.48	2.25	244%	37%

### Информация о содержании соли и сахара в меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Завтрак (в %)
Соль (г)	0.6	0.8	75%
Сахар (г)	6	10	60%

#### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0	0	0%

#### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Соль (г)	1	1	100%
Сахар (г)	6	5	120%

## Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.2	0.3	67%
Сахар (г)	1.5	7	21%

## Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

- 1. Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
- 2. Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 11.8%, 35.9%, и 52.3% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 3.8%, 1.8%, и 94.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.2%, 32.9%, и 49.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 12.3%, 18.6%, и 69% соответственно.
- Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:  
*Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .*
- В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .**
- В меню присутствуют кондитерские изделия, консервированные огурцы, рекомендуем исключить их из меню.**

---

**Рассмотренное меню отвечает принципам здорового питания и требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и может быть предложено к утверждению и реализации.**

---

Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад

**комбинированного вида № 5"" 24.09.24.**